



Les tiques sont de retour !

Les tiques sont présentes partout en France. Elles vivent en-dessous de 1500 m d'altitude, dans des zones boisées et humides, les herbes hautes des prairies, dans les parcs urbains et dans nos jardins.

Les tiques passent par trois stades d'évolution: larve, nymphe et adulte. A chaque stade, la tique prend un repas de sang sur un hôte humain ou animal puis se détache, tombe au sol et se métamorphose vers le stade suivant. Chaque repas sanguin prend entre deux et cinq jours au cours desquels la tique reste accrochée à son hôte, avec son rostre.

Pourquoi être attentif aux tiques ?

Les tiques peuvent transmettre des maladies à l'homme !

Dans notre région, les tiques sont souvent infectées par une bactérie (*Borrelia burgdorferi*), responsable de la maladie de Lyme chez l'humain, encore appelée borréliose de Lyme. Elles sont plus actives d'avril à novembre. La tique infectée transmet la bactérie lors de la piqûre. Une tique peut rester accrochée de 2 à 7 jours sans que l'on s'en aperçoive car leur piqûre ne fait pas mal. Mais plus une tique reste accrochée longtemps, plus elle risque de nous infecter. Il est donc très important de s'inspecter soigneusement au retour de la sortie à risque.

Comment se protéger ?

Eviter de se faire piquer !

Lors d'une sortie :

- Porter des vêtements clairs pour repérer les tiques
- Porter des vêtements longs qui couvrent les bras, les jambes
- Penser à protéger la tête et le cou aussi
- Rentrer le bas du pantalon dans les chaussettes, la chemise dans le pantalon
- Rester sur les chemins, en évitant les herbes hautes, les broussailles...

Penser aussi à :

- Aménager son jardin en coupant l'herbe courte et en évitant les tas de bois
- Traiter ses animaux de compagnie contre les tiques pour en limiter la prolifération

Répulsifs ?

Les répulsifs à mettre sur la peau ou sur les vêtements sont des produits potentiellement toxiques, à utiliser avec précaution. Demander conseil à votre pharmacien.

Comment se protéger ?

S'inspecter après chaque sortie !

Les tiques sont toutes petites et parfois plus faciles à sentir avec la main que de les voir. Elles aiment les endroits chauds et humides de notre corps, là où la peau est fine. Il faut inspecter l'ensemble du corps en passant la main, en particulier sous les aisselles, dans les plis du coude, derrière les genoux, dans le cuir chevelu, derrière les oreilles, dans le nombril et autour des régions génitales. Demander de l'aide à un proche pour examiner certaines parties du corps moins accessibles (dos, cheveux). Il est fréquent de retrouver plusieurs tiques accrochées.

Répéter cette inspection le lendemain afin de localiser une tique qui n'aurait pas été détectée la veille.

Noter la date de piqûre.
Surveiller la zone de piqûre pendant 1 mois.

Comment retirer une tique ?

*Ne mettre aucun produit
sur la tique !*

Attention !

La tique une fois enlevée peut encore piquer !

Une fois retirée, la tique est déposée sur un tissu blanc pour bien la visualiser, vérifier que le rostre est bien attaché au corps. Après on la tue sans la toucher à mains nues, on l'élimine dans la poubelle, emballée dans le tissu blanc ou avec du scotch.

Quelle surveillance ?

Si ces symptômes apparaissent dans le mois qui suit la piqûre :

- une plaque rouge et ronde qui s'agrandit en cercle, à partir de la zone de piqûre
- des douleurs, de la fièvre un syndrome pseudo grippal
- le gonflement d'une articulation
- une sensation de fourmillements

consultez sans tarder votre médecin.



Utilisez **un tire-tique** :
glissez le crochet sous la tique sans l'écraser,
au plus près de la peau. Tournez doucement
jusqu'à ce que la tique se décroche.

ET

Après avoir enlevé la tique,
désinfectez la peau
avec un antiseptique.